

5. Стеценко І. В. Імітаційне моделювання системи управління навчальним процесом ВНЗ з використанням об'єктно-орієнтованого підходу / І. В. Стеценко // П'ята науково-практична конференція з міжнародною участю «Математичне та імітаційне моделювання систем МОДС'2010»: тези доповідей (Київ, 21–25 червня 2010 р.). — К., 2010 — С. 134–135.
6. Тимченко А. А. Нові підходи до створення системи контролю та оцінювання навчальних досягнень студентів ВНЗ / А. А. Тимченко, Ю. В. Триус, Л. П. Оксамитна, І. В. Стеценко // Інформаційні технології в освіті : зб. наук. пр. — Вип. 4. — Херсон : Вид-во ХДУ, 2009. — С. 111–123.
7. Тихонов А. Н. Использование автоматизированных систем управления в деятельности учреждений высшего профессионального образования в Российской Федерации (аналитический обзор) / А. Н. Тихонов, Д. Ю. Столяров. — М. : ФГУ ГНИИ ИТТ «Информика», 2009. — 96 с.
8. Триус Ю. В. Комп'ютерно-орієнтовані методичні системи навчання математики : моногр. / Ю. В. Триус. — Черкаси : Брама-Україна, 2005. — 400 с.
9. Управление в высшей школе: опыт, традиции, перспективы. Аналитический доклад / В. М. Филиппов, Б. Л. Агранович, И. В. Аржанова. — М. : Логос, 2005. — 541 с.

*В статье рассматриваются актуальные проблемы и направления информатизации высшего образования, некоторые пути внедрения информационно-коммуникационных технологий в учебный процесс высшей школы, концептуальные подходы к созданию информационно-аналитической системы управления учебным процессом вуза.*

**Ключевые слова:** информатизация высшего образования, информационно-коммуникационные технологии, информационно-аналитическая система.

*In this article the higher education computerization actual problems and directions, some ways of higher education study process information-communication technologies implementation, conceptual approaches to higher education organization study process control information-analytical system are considered.*

**Key words:** higher education computerization, information-communication technologies, information-analytical system.

**Шеремета М. М.,**

викладач кафедри анатомії і фізіології людини Інституту психології та соціальної педагогіки Київського університету імені Бориса Грінченка, аспірант кафедри соціальної педагогіки та корекційної освіти Інституту психології та соціальної педагогіки Київського університету імені Бориса Грінченка

## **ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАННЯ СТУДЕНТІВ ЯК ОДНЕ ІЗ ЗАВДАНЬ НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОГО ПРОЦЕСУ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ**

*У статті уточнено сутність понять здоров'я, здоровий спосіб життя та здоров'язберігання; розглянуто складові здоров'я; окреслено невідповідності, щодо організації здорової життєдіяльності студентів на етапі їх професійної підготовки.*

**Ключові слова:** студент, вищий навчальний заклад, здоров'я, здоровий спосіб життя, здоров'язберігання.

Одним із головних завдань соціальної програми в Україні є збереження та зміцнення здоров'я особистості на всіх рівнях її розвитку: психічному, фізичному, духовному і соціальному.

При підготовці майбутнього фахівця, здатного до самореалізації, ефективної взаємодії, перед вищим навчальним закладом (ВНЗ) стоїть завдання здоров'язберігання студентів як один із аспектів навчально-виховного процесу, який передбачає високий рівень сформованості знань, умінь та навичок, щодо збереження і зміцнення здоров'я, раціональної організації життєдіяльності й сприяння на шляху професійного становлення.

На сучасному етапі вивчення проблеми здоров'язберігання здійснюється на міждисциплінарному рівні. Феномени здоров'я і здоров'язберігання активно розроблялися такими відомими філософами та психологами — В. Казначєєвим, В. Климовою, В. Леві, А. Маслоу, В. Скуміним, Є. Спірним, І. Фроловим та ін. Питанням здоров'язберігання з точки зору медико-біологічних особливостей підростаючого покоління присвятили свої праці М. Амосов, Г. Апанасенко, І. Аршавський, Т. Данилюк, Л. Звиняковський.

Проблема навчання і виховання здорової людини, створення сприятливих для здоров'я умов навчання вивчається багатьма представниками педагогічної науки. Серед класиків вітчизняної педагогіки, що приділяли увагу здоров'язберіганню учнівської молоді, можна відзначити Л. Виготського, В. Сухомлинського, К. Ушинського.

Різні аспекти здоров'язберігання розкриваються у працях багатьох вчених та практиків, які працюють у системі вищої освіти. Так, вплив соціального середовища на формування особистості учнівської молоді та взаємодію соціальних інститутів у формуванні здоров'язберігання відображено у працях О. Безпалько, І. Звереві, С. Омельченка, Ю. Поліщука та ін. Н. Анетик, М. Кобринський, А. Турчак приділяють увагу визначенню функціональних і структурних характеристик здорового способу життя. В. Бобрицькою викладені методологічні та методичні основи формування здорового способу життя у майбутніх учителів, а також здоров'язберігальні технології в системі вищої педагогічної освіти.

Проте процес набуття студентами ВНЗ знань, умінь і навичок щодо організації здорової життєдіяльності на етапі професійної підготовки має певні невідповідності, зокрема між:

- соціальними потребами у вихованні здорового покоління і недостатнім рівнем усвідомлення студентами знань, умінь і навичок щодо здоров'язберігання;
- потребам оновлення системи професійної підготовки майбутніх спеціалістів з урахуванням вимог діяльнісного, особистісно-орієнтованого підходів до її змісту і недостатньою дослідженістю теоретичних та методичних основ вивчення поняття здоров'язберігання студентами.

У зв'язку з цим актуальним для фахівців ВНЗ є питання здоров'язберігання студентів, яке необхідно спрямовувати на вироблення у них мотивації до власного оздоровлення; використання таких методів впливу, які б сприяли свідомому вибору здоров'язберігальної поведінки у їх професійній діяльності.

**Метою статті** є уточнення сутності понять здоров'я, здоровий спосіб життя, здоров'язберігання; визначення теоретичних основ здоров'язберігання студентів в навчально-виховному процесі вищих навчальних закладів.

На початку 90-х рр. XX ст. держава стала активно проводити політику щодо збереження і зміцнення здоров'я дітей та молоді. Це дало підстави для перегляду принципів і шляхів формування здорового способу життя, констатувалася об'єктивна неспроможність медичної науки вирішити проблему збереження і зміцнення здоров'я людини на суспільному та індивідуальному рівнях шляхом лікування хвороб і сумнівно успішної практики профілактики шкідливих звичок.

Величезний резерв невикористаних можливостей у розробленні теорії і практики щодо здоров'язберігання студентів має система освіти. На сьогоднішній день у вищих навчальних закладах велике значення приділяється засвоєнню студентами знань про збереження і зміцнення власного здоров'я. Але одних знань недостатньо, оскільки вони не можуть бути реалізовані через низьку мотивацію студентів до здоров'язберігання, без якої важко сформулювати прагнення до творчого розвитку та самовдосконалення в процесі навчання. Тому підготовку майбутніх фахівців щодо здоров'язберігання варто розглядати як одну із складових їх успішної професійної діяльності.

Сутність процесу здоров'язберігання розкривається в поняттях «здоров'я», «складові здоров'я» та «здоровий спосіб життя».

За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), здоров'я — це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб чи фізичних вад. Тому здоровий спосіб життя доцільно розглядати як багатогранне явище: відсутність хвороби, повне фізичне, духовне, соціальне здоров'я; нормальне функціонування організму в системі «людина і навколишнє середовище»; здатність до виконання основних соціальних функцій [2].

Таким чином, виділяють фізичну, психічну, соціальну, духовну складові здоров'я.

Ознакою фізичного здоров'я є здатність людини пристосовуватись до змін довкілля та протидіяти бактеріям, вірусам, токсичним речовинам, радіації тощо. Психічне здоров'я відповідає за психологічний комфорт людини: основні психічні процеси, їх вплив на здоров'я; мотивацію поведінки і ціннісні орієнтації; запобігання шкідливим звичкам. Соціальна складова здоров'я визначається як узгоджена взаємодія людини з соціальним середовищем та формується лише в процесі спілкування з іншими (взаємозв'язки особистості з сім'єю, громадою, професійною спільнотою тощо). Духовна складова здоров'я розкривається через вироблення певних правил поведінки за законами суспільства та за моральними принципами; розуміння сутності навколишнього світу, місця людини в природі та суспільстві, вибору власного способу життя.

Здоровий спосіб життя об'єднує все те, що допомагає нормальному функціонуванню людини в професійній, суспільній, побутовій сферах. Він залежить від ціннісних орієнтацій людини, світогляду, на які особистість орієнтується та якими керується у своєму житті. Через спосіб життя людина виражає ставлення та орієнтир своєї діяльності щодо зміцнення, збереження та розвитку індивідуального та суспільного здоров'я [1].

Отже, під здоров'язберіганням в освітньому просторі розуміють процес збереження і зміцнення здоров'я, який спрямований на перетворення інтелектуальної й емоційної сфер особистості студента; підви-

щення рівня ціннісного ставлення до власного здоров'я і здоров'я інших на основі усвідомлення студентом особистої відповідальності за успішну професійну діяльність.

В перший рік навчання у студентів ВНЗ спостерігаються найбільш виражені функціональні зрушення в організмі, які супроводжуються нервово-психічною напругою через нові умови навчання, проживання, темп життя, організацію праці та відпочинку. Все це, діючи в сукупності, посилює негативний вплив не лише на засвоєння студентом знань, умінь і навичок щодо майбутньої діяльності, але і на його здоров'я-зберігання.

За даними щорічної доповіді Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту Державного інституту розвитку сім'ї та молоді про становище молоді в Україні «Молодь за здоровий спосіб життя» (2010 р.) *стан здоров'я, на думку української молоді, значною мірою залежить від низки факторів, серед яких найбільш важливими є:*

- шкідливі звички: токсикоманія (91,4 % опитаних), вживання наркотиків (91,1 %), вживання алкоголю (87,8 %), куріння (85,7 %);
- екологічна ситуація (80,3 %);
- особисте ставлення до свого здоров'я (75,7 %);
- правильне харчування (73,6 %);
- умови на роботі та вдома: умови праці (68 %), психологічна атмосфера вдома (67,7 %);
- хронічні захворювання (62,7 %);
- заняття фізкультурою та спортом (62,2 %);
- матеріальне благополуччя (59,3 %);
- режим дня (51,5 %).

У процесі опитування на запитання «Які чинники негативно впливають на власне здоров'я особистості?», більшість респондентів віддали перевагу стану навколишнього середовища (66,4 %). Це можна пояснити недостатньою поінформованістю про інші необхідні складові здоров'я; регулярним публічним обговоренням наслідків Чорнобильської аварії та інших екологічних негараздів.

Водночас такі відповіді можуть свідчити про прагнення молодих людей перенести власну відповідальність щодо підтримки здоров'я на зовнішні, мало залежні від конкретної людини чинники (наявність психологічної напруги (31,4 %) та шкідливих звичок (30,4 %)) [3, с. 39].

Вищий навчальний заклад передбачає реалізацію накопичених знань умінь і навичок студентів через різні види діяльності з метою вдосконалення себе як майбутнього фахівця; дає змогу при незначних змінах навчального процесу, найефективніше проводити роботу щодо мотивації здорового способу життя та здоров'язберігання студентів, що так необхідна майбутньому фахівцю.

Соціально-педагогічний вплив відбувається як під час групової роботи, так і в процесі індивідуальної роботи. Метою впливу є досягнення необхідних змін щодо усвідомленого ставлення до власного здоров'я, самодієвості щодо здоров'язберігання та уміння змінити поведінку. Одним із механізмів впливу є заохочення студентів до здорового способу життя у сім'ї та у групі ровесників. Важливу роль при цьому відіграє колектив ВНЗ, в якому вплив на здоров'язберігання студентів залежить від загальноприйнятих в даному колективі норм поведінки, громадської думки та законів [4, с. 16].

У міру оволодіння знаннями, уміннями та навичками в галузі збереження й зміцнення здоров'я студенти набувають здатності дбайливо ставитися до власного здоров'я та здоров'я інших; раціонально організовувати свою життєдіяльність на шляху професійного становлення, тим самим підвищуючи свою здоров'язберігальну компетентність, яка необхідна майбутньому фахівцю.

Тому вищий навчальний заклад спрямовує свою діяльність на вивчення людини в її цілісності, передбачає пріоритет здоров'я як базової цінності, дозволяє створити систему формування здорової особистості; сприяє залученню досвіду попередніх поколінь з метою збереження і розвитку здоров'я людини і суспільства; передбачає реалізацію накопичених знань через різні види діяльності з метою вдосконалення себе та навколишньої дійсності.

Отже, здоров'язберігання студентів об'єднує все те, що допомагає їх нормальному функціонуванню в професійній, суспільній та побутовій сферах. Дотримання цього залежить від ціннісних орієнтацій студентства, світогляду, на які вони орієнтуються та якими керуються у своєму житті. Через спосіб життя студентська молодь виражає ставлення та орієнтир своєї діяльності щодо зміцнення, збереження та розвитку індивідуального та суспільного здоров'я.

Отже, вважаємо, що про здоров'язберігання студентів вищих навчальних закладів можна говорити за умови кардинальної перебудови наших поглядів щодо причин і наслідків нездоров'я; проведення цілеспрямованої, послідовної та систематичної роботи колективу ВНЗ; застосування комплексу виховних впливів у навчально-виховному процесі; впровадження особистісно-діяльнісного підходу.

Перспективи подальших досліджень полягають у визначенні структури та змісту здоров'язберігальної компетентності студентів вищих навчальних закладів; обґрунтуванні здоров'язберігальних технологій.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Ващенко Л. С. Основи здоров'я : книга для вчителя / Л. С. Ващенко, Т. Є. Бойченко. — К. : Генеза, 2005. — 240 с.
2. Елькова Л. С. Формирование здоровьесберегающего образовательного пространства высшей школы : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : 13.00.01 «общая педагогика, история педагогики и образования» / Елькова Л. С. — М., 2006. — 26 с.
3. Молодь за здоровий спосіб життя : щоріч. доп. Президенту України, Верхов. Раді України, Каб. Міністрів України про становище молоді в Україні (за підсумками 2009 р.) / М-во України у справах сім'ї, молоді та спорту, Держ. ін-т розв. сім'ї та молоді; [редкол.: Н. Ф. Романова (голова) та ін.]. — К. : СГІД Крачун Ю. В., 2010. — 156 с.
4. Формування здорового способу життя молоді : навч.-метод. посіб. для працівників соц. служб для сім'ї, дітей та молоді / Т. В. Бондар, О. Г. Карпенко, Д. М. Дикова-Фаворська та ін. — К. : Держ. ін-т проблем сім'ї та молоді, 2005. — 116 с.

*В статье уточнена сущность понятий здоровье, здоровый образ жизни и здоровьесбережение; рассмотрены составляющие здоровья; очерчены несоответствия, относительно организации здоровой жизнедеятельности студентов на этапе их профессиональной подготовки.*

**Ключевые слова:** студент, высшее учебное заведение, здоровье, здоровый образ жизни, здоровьесбережение.

*In the article; the constituents of health are considered; disparities are outlined, in relation to organization of healthy vital functions of students on the stage of their professional preparation.*

**Key words:** student, higher educational establishment, health, healthy way of life, healthsaving.